

Universidad del Salvador

Facultad de Ciencias de la Educación y de la Comunicación Social

Licenciatura en Publicidad

Proyecto de investigación  
de la Tesis monográfica/Tesina

La nueva tendencia mundial hacia el "Marketing Saludable"

Alumno: Mazzotta, Agustina.

Director de la carrera de Publicidad: Lic. Stecconi, Natalio.

Asignatura: Tesina

Tutora de la tesis monográfica/tesina: Prof. Lic. Zapperi, Nancy.

Buenos Aires, Julio de 2013

33.857.719

agus\_mazzotta@hotmail.com

(011) 4981-9048

## **Agradecimientos**

Agradezco a mis padres por alentarme en la experiencia universitaria; a las autoridades y docentes de la Universidad del Salvador por su compromiso con el alumnado, y en particular, a la licenciada Nancy Zapperi por su inestimable guía.



USAL  
UNIVERSIDAD  
DEL SALVADOR

## **Abstract**

El principal tema de este trabajo es la aparición de la cultura liviana alimenticia y el consecuente inicio del "Marketing Saludable" en la Argentina, basándose en los cambios que se dieron en la historia del consumo alimenticio. A lo largo de los siglos surgieron determinados cambios sociales, conductuales, culturales, alteraciones en el consumo alimenticio, en la adaptación de las marcas a las nuevas modas culturales y en lo que estas marcas inculcan en el mercado; ubicando al consumo en la posición que conocemos hoy en día.

Se plantea cómo la moda y la publicidad llevan a los consumidores hacia un determinado consumo que va en busca de un estereotipo; un "cuerpo saludable" dentro de los parámetros de "belleza".

El objetivo de la investigación es demostrar cómo fue cambiando el consumo que va desde una alimentación natural a la comida "chatarra", y de una alimentación estrictamente light en calorías a la alimentación saludable.

Se mencionarán términos como: historia de la alimentación, cambios sociales y culturales, modelos estéticos, tipos de consumidores, influencia de la publicidad, comida "chatarra", obesidad, toma de consciencia sobre la salud, adaptación de las marcas al mercado, productos light en calorías, productos saludables, entre otros.

Para desarrollar esta tesina se requiere del aporte de varias disciplinas como la psicología, el marketing, medicina, nutrición entre otras. La información se obtiene a través de libros, artículos web, artículos periodísticos, fotografías, encuestas, etc.

## **Índice**

### **1. Introducción**

### **2. Historia de la alimentación**

- 2.1: Importancia de la alimentación
- 2.2: Prehistoria – Edad Media
- 2.3: Edad Media – Revolución Industrial
- 2.4: Revolución Industrial – Inicio de la comida “chatarra”

### **3. Comida “chatarra”**

- 3.1: Comienzo y desarrollo de la comida “chatarra”
- 3.2: Patios de comida
- 3.3: Alimentos procesados
- 3.4: McDonald’s, un ejemplo mundial de comida “chatarra”
  - 3.4.1: Historia
  - 3.4.2: Análisis FODA
  - 3.4.3: Estrategias de promoción
  - 3.4.4: Interés por la ecología
  - 3.4.5: Caída de las ventas y adaptación al mercado
- 3.5: Expansión de la comida “chatarra”
- 3.6: Ingredientes de la comida “chatarra”

### **4. Alimentación**

- 4.1: Peligros y perjuicios de una mala alimentación
  - 4.1.1: Obesidad
  - 4.1.2: Estudios científicos sobre la mala alimentación
- 4.2: La Dieta Mediterránea

### **5. Slow Food**

- 5.1: Inicios del movimiento Slow Food

5.2: Misión de Slow Food

5.3: Proyectos de Slow Food

## **6. Alimentos reducidos en calorías**

6.1: Definición alimentos light en calorías

6.2: Nacimiento de los alimentos light en calorías

6.3: Tendencia liviana y su popularización

6.4: La salud y los productos reducidos en calorías

6.5: Estereotipos sociales y el culto a la belleza

6.6: Publicidad: venta de valores y estereotipos

6.7: La adaptación de las marcas a la cultura liviana

## **7. Resultados encuestas**

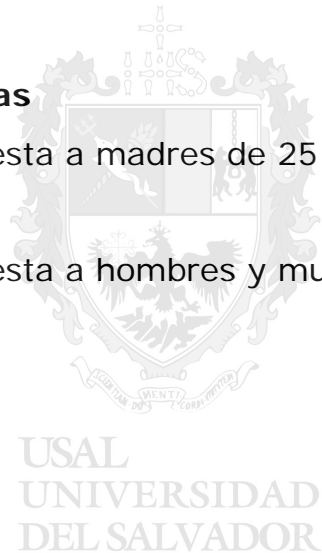
7.1: Resultados de encuesta a madres de 25 a 45 años, NSE Medio-Medio/Medio-Alto

7.2: Resultados de encuesta a hombres y mujeres de 20-40 años, NSE Medio-Medio/Medio-Alto

## **8. Conclusión**

## **9. Bibliografía**

## **10. Anexo**



## 1. Introducción

El presente trabajo tratará de demostrar cómo en el Siglo XX y Siglo XXI fueron cambiando los hábitos de consumo alimenticio de la población, con el objetivo de buscar una imagen corporal según los parámetros dados por la moda y la publicidad, pero no sólo por la estética sino por la salud. Actualmente esos hábitos de consumo van en búsqueda de un cuerpo saludable como primer lugar.

El aumento en la expectativa de vida de las personas, en nuestra cultura ronda los 85 años, hace replantearnos nuestra calidad de vida para hacerla lo más longeva, placentera y saludable posible.

Para corroborar esta hipótesis analizaremos los cambios sociales, lo distintos tipos de comunicación, los cambios en la comunicación a lo largo de los años, los diversos estándares de belleza según las culturas a lo largo de los años, el crecimiento de la importancia del cuidado de la salud, los cánones de belleza que impone la moda y el arte en las sociedades, la concientización a nivel global del cuidado personal para mejorar nuestra salud, etc.

Estas tendencias influenciadas tanto por el “new age”, creencias, publicidad, moda, arte, cultura, necesidades, tendencias, religiones, entre otros, dan como resultado el surgimiento de un nuevo negocio que parecería ser el futuro de la alimentación sustentable.

## 1. Historia de la Alimentación

### 2.1) Importancia de la alimentación

Como todo ser vivo el hombre debe satisfacer sus necesidades fisiológicas como comer, dormir, abrigarse, etc. que según Maslow son aquellas necesidades que se imponen sobre el resto.

El psicólogo Abraham Maslow desarrolló la Teoría de La Motivación, más conocida como *Pirámide de Maslow*, donde jerarquiza las necesidades que los hombres buscan satisfacer. Clasifica las motivaciones y necesidades humanas en cinco categorías:

- *Necesidades fisiológicas:*

Las necesidades humanas básicas son las fisiológicas, es decir, la necesidad de alimentos, agua y refugio. Puesto que son esenciales para la supervivencia, hay que satisfacer primero estas necesidades.

- *Necesidades de seguridad:*

Incluyen estar a salvo y libre del dolor y la incomodidad.

- *Necesidades sociales:*

Se refiere especialmente al amor y el sentimiento de pertenecer a un grupo.

- *Necesidades de autoestima:*

Incluyen el respeto de uno mismo y una sensación de realización.

- *Necesidades de autorrealización:*

Se refiere a encontrar la autosatisfacción y la autoexpresión, al alcanzar el punto en la vida en el que las personas son lo que creen que deben ser.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Charles W. Lamb, et al, *Marketing*, México, Cengage Learning, 2006<sup>8</sup>, pág. 182.



(Pirámide de Maslow)

Las doctoras Patricia Rivera y Patricia Hernández definen a la alimentación como:

*“Un proceso diario y esencial para el mantenimiento de la vida; los hábitos alimentarios forman parte de la cultura de cada pueblo, los cuales son aprendidos desde la infancia con los primeros alimentos que se le ofrecen al niño. Los alimentos además de ser necesarios para mantener la vida están vinculados con estilos de vida.”<sup>2</sup>*

Los alimentos son imprescindibles para la vida del ser humano por ser la principal fuente de nutrientes y energía. Esta necesidad ha movido a los hombres a explotar la naturaleza y a buscar las mejores maneras de usar de los otros seres vivos como fuentes de alimento. Hace aproximadamente 10.000 años comenzó la actividad agrícola y ganadera que desencadenó en una revolución social, cultural y alimenticia.

---

<sup>2</sup> Patricia, Rivera y Patricia Hernández, “Importancia de la salud para la buena alimentación”, Hospital de Niños y Universidad de Costa Rica. Disponible en Internet en: <http://www.uned.ac.cr/recursos/cursobiologia/articulos/salud/alimentosalud.htm>. Consultado el 11 de Marzo de 2013.



## 2.2) Prehistoria – Edad Media

Podemos hablar de historia de la alimentación humana desde el comienzo de la Era Prehistórica (15.000.000 años A.C – 3.500 A.C). El término Prehistoria deviene del griego *Pro*: “antes” y de *Istoría*: “historia”

Desde hace 15 millones de años comenzó la evolución de la familia de los homínidos hasta llegar al hombre tal como lo conocemos hoy en día. Diversas fueron las especies que unieron al hombre actual con los primeros homínidos. Estas especies representaron notables saltos evolutivos, es decir verdaderos cambios que desembocaron en el Ser Racional u Homo Sapiens Sapiens.

Como todo ser, el hombre prehistórico debe satisfacer las necesidades básicas para su supervivencia.

*“Las necesidades fisiológicas son aquellas que uno requiere cubrir para poder sobrevivir y lograr un equilibrio con su cuerpo, y funciones corporales (homeostasis corporal). Dentro de estas necesidades tenemos el hambre, la sed, el sueño, la actividad, el sexo entre otros.”<sup>3</sup>*

Durante los primeros años de la prehistoria el hombre comenzó a desarrollar herramientas para satisfacer su necesidad principal de alimentarse. Conseguir alimento era extremadamente importante para el desarrollo y crecimiento de la sociedad. *“Debieron buscar su alimento con esfuerzo físico. Hace millones de años el hombre nómada se alimentaba de vegetales y de carnes magras de animales salvajes a los que debía cazar.”<sup>4</sup>*

---

<sup>3</sup> Universidad de Perú, “Fisiológicas – Teoría de las necesidades humanas de Maslow”, Febrero, 2007. Disponible en Internet en: <http://www.universidadperu.com/fisiologicas-teoria-de-las-necesidades-humanas-de-maslow-blog.php>. Consultado el 13 de Octubre de 2012.

<sup>4</sup> Sofía Del Carmen Paredes, “Análisis de la alimentación humana a través del tiempo”, Editorial. Disponible en Internet en: [http://www.colegiochampagnat.com.ar/index.php?option=com\\_content&view=article&id=102&Itemid=75](http://www.colegiochampagnat.com.ar/index.php?option=com_content&view=article&id=102&Itemid=75). Consultado el 13 de Octubre de 2012.

El hombre prehistórico basó durante siglos su alimentación en la recolección de alimentos para procurarse lípidos, glúcidos y proteínas necesarios para la supervivencia y la reproducción de la especie.

*“También hay que anotar que el hombre primitivo se limitó, durante milenios, a utilizar el fuego como único medio de variar el sabor de lo que comía y, también, que tardó siglos en fabricar vasijas que, con agua y fuego, gracias a la temperatura, purificara sus alimentos de bacterias y neutralizara una larga serie de elementos químicos tóxicos.”<sup>5</sup>*

Las técnicas culinarias van mutando y avanzando para mejorar la preparación de los alimentos con el correr de los años y son acumulativas a lo largo de toda la historia de la humanidad.

Hasta la Edad Antigua (Siglo IX a.C – V d.C) los alimentos cumplían con una única función: la supervivencia. Con el correr del tiempo el hombre comienza a darle otra importancia y logra otorgarle un sentido de “placer” a la comida.

A mediados del Siglo V a.C un reconocido maestro y doctor griego llamado Hipócrates es el primero en promover la alimentación sana al comprender que la correcta alimentación deriva en el buen funcionamiento y salud del organismo.

Por otro lado los romanos por su ubicación geográfica comienzan a esparcir diversos estilos de comidas, artes, entre otros, por el resto de Europa, Norte de África y el Medio Oriente. En estos lugares el comercio era una de las principales actividades y la venta de alimentos y de especias jugaron un papel primordial.

---

<sup>5</sup> Jorge Orellana Mora, “Gastronomía”. Disponible en Internet en: <http://j.orellana.free.fr/textos/gastronomia.htm>. Consultado el 13 de Octubre de 2012.

### 2.3) Edad Media – Revolución Industrial

La Edad Media (Siglo V – XV d.C), conocida como Oscurantismo, fue la etapa donde las artes y el conocimiento culinario se vieron estancados. Los monjes y monjas, en sus aislados recintos, preservaron y transmitieron los conocimientos y secretos gastronómicos que los romanos habían adquirido siglos atrás. Guardaron manuales escritos y los enriquecieron aportando nuevas recetas y cultivando las artes culinarias.

*“Para finales del siglo XV, los europeos nuevamente se interesan por la buena comida y alimentos exóticos; siendo los italianos, quienes años atrás exploraron el oriente, los que desarrollaron habilidades culinarias importantes, dando origen a lo que sería la cocina europea más importante de esa época, una cocina que se refinaba constantemente.”<sup>6</sup>*

Los cambios culinarios más significativos comienzan a darse en el Renacimiento (Siglo XVI y XVII d.C). Este período lleva dicho nombre por ser el punto de partida del renacimiento del arte y la ciencia que comienza en Italia y se expande por el resto de Europa.

En la época renacentista se da un choque cultural gracias a la expansión del comercio y al conocimiento y entendimiento de otras culturas; esto permite un enorme crecimiento en el plano gastronómico.

*“Gastronomía, es la traducción de dos palabras griegas que significan gastro= estómago y nomía = arreglar, aderezar, es decir, es el arte de preparar bien las comidas, capacidad que ha sido desarrollada solo por el hombre, manipulando los productos alimenticios.”<sup>7</sup>*

---

<sup>6</sup> “Historia de la Gastronomía y la Industria de los Alimentos y Bebidas. Edad Antigua.”, Disponible en Internet en: <http://es.scribd.com/doc/46883626/Breve-Historia-de-la-Gastronomia-y-la-Industria-de-los-Alimentos-y-Bebidas>, Consultado el 13 de Octubre de 2012.

<sup>7</sup> Jorge Orellana Mora, “Gastronomía”. Disponible en Internet en: <http://j.orellana.free.fr/textos/gastronomia.htm>. Consultado el 13 de Octubre de 2012.

## 2.4) Revolución Industrial – Inicio de la comida “chatarra”

El período posterior al Renacimiento es uno de los más importantes en la historia de los alimentos. La Revolución Industrial provoca un quiebre que constituye uno de los cambios más radicales en la historia de la humanidad.

*“Hasta fines del siglo XVIII, la economía europea se había basado casi exclusivamente en la agricultura y el comercio. Lo que hoy llamamos productos industriales eran por entonces artesanías como por ejemplo los tejidos, que se fabricaban en casa particulares: el comerciante entregaba la lana a una familia y ésta la hilaba, la tejía y le devolvía a su patrón el producto terminado. Esta forma de producción se modificó notablemente entre fines del siglo XVIII y mediados del XIX. El país en el que comenzaron los cambios fue en Inglaterra. Allí se daban una serie de condiciones que hicieron posible que en un período relativamente corto, se transformara en una nación industrial.”<sup>8</sup>*

El principio básico de la Revolución Industrial fue la sustitución del trabajo intensivo humano por el trabajo de máquinas controladas por obreros para la producción de bienes. Esto determina el nacimiento del concepto de industria en sustitución del concepto de taller o factoría. La invención de la máquina de vapor en 1776, de la mano del mecánico escocés James Watt, fue un hecho clave para dicha revolución.

*“Las ciudades comenzaron a llenarse de establecimientos industriales y estas fábricas demandaban cada vez más mano de obra. Muchos campesinos comenzaron a trasladarse hacia los centros urbanos en busca de trabajo. Los campesinos tenían muchos hijos, porque en el campo significaban más brazos para trabajar, pero en las ciudades las familias numerosas se veían en serias dificultades porque siempre la cantidad de puestos de trabajo era menor a la cantidad de gente que lo necesitaba.”<sup>9</sup>*

A comienzos del Siglo XVIII Estados Unidos estaba poblada de colonizadores que se establecieron en diversas zonas. En el oeste la

---

<sup>8</sup> Felipe Pigna, “La Revolución Industrial”. Disponible Internet en: [http://www.elhistoriador.com.ar/articulos/mundo/revolucion\\_industrial.php](http://www.elhistoriador.com.ar/articulos/mundo/revolucion_industrial.php). Consultado el 25 de Octubre de 2012.

<sup>9</sup> Felipe Pigna, “La Revolución Industrial”. Disponible en Internet en: [http://www.elhistoriador.com.ar/articulos/mundo/revolucion\\_industrial.php](http://www.elhistoriador.com.ar/articulos/mundo/revolucion_industrial.php). Consultado el 25 de Octubre de 2012.